

# 111 年雲林縣長者活躍老化競賽活動評選須知

## 一、活動主旨：

因應高齡化社會的來臨，如何讓高齡者可以健康老化並落實在地老化成為首要任務，為以豐富社區老人健康生活，國民健康署持續辦理「長者活躍老化競賽活動」，激勵長者走出家門，參與社區活動，透過舞台表演展現長者健康活力與生命價值，激發不老風潮，實踐「在地老化」與「活躍老化」的理念，擬遴選出隊伍代表本縣參加衛生福利部國民健康署舉辦之分區競賽活動，將與苗栗縣、台中市、彰化縣、南投縣長者同場競技，並有 4 隊得參與全國總決賽。

二、指導單位：衛生福利部國民健康署、雲林縣政府。

三、主辦單位：雲林縣衛生局。

## 四、競賽時程：

- (一) 縣內評選：預定於 8 月 10 日（星期三）收件截止，並遴選隊伍，擇優進入分區競賽。
- (二) 分區競賽：衛生福利部國民健康署預定於 111 年 9 月至 10 月辦理。
- (三) 全國總決賽：衛生福利部國民健康署預定於 111 年 12 月辦理。

## 五、參賽說明：

(一) 參賽對象及組隊方式：

1. 參賽隊伍人數：

- (1) 一般地區 65 歲以上長者：民國 46 年次(含)以前出生之 65 歲以上長者為主，每隊組隊上台參與人數為 30-60 人。
- (2) 若為原住民身分則為 56 年次(含)以前出生之 55 歲以上長者為主，每隊組隊上台參與人數為 20-60 人。

2. 競賽隊伍每隊可有協助競賽活動之參與志工（實際參與表演之人數以 3 人為上限）。

3. 組隊方式：本縣轄內社區照顧關懷據點、老人會、社區營造單位、農會、樂齡學習中心、安養機構及其他民間團體等。

(二) 參賽項目及說明：參加隊伍建議表演內容如下：

1.表演主題及主題曲：

(1)不以同一首歌曲為限，可視各隊表演自行設計、剪輯音樂。

(2)無指定歌曲，為展現參賽隊伍之創意與特色，參賽隊伍得自行設計參賽歌曲及表演內容，表演主軸以「活力」為主題。

2.表演時間：每隊以 6 分鐘為上限，表演形式開始（依聲音、表演動作或人員講話等先開始者為基準）即進入計時；以表演形式結束（依聲音、表演動作或人員講話最後結束為基準）為計時結束。（明顯的退場動作不列入計時）。

3.表演方式：

(1)得用故事性或具地方特色之表演，結合舞台道具、樂器、歌唱、民俗表演等方式呈現。

(2)可以結合日常身體活動或社區社團等以強化長者肢體、身心功能或增進長者體適能之目的，促進長者肌力、平衡力、柔軟度及心肺耐力之動作設計，搭配音樂節奏等方式進行。

(3)演出評分僅限舞台(不含搭設之安全坡道)上演出內容為依據，舞台下任何表演不採計分數。

## 六、報名方式：

(一)日期：即日起至 111 年 8 月 10 日(星期三)，以郵戳為憑。

(二)方式：

1. 將參賽內容錄成影片(mp4 檔格式)，燒錄至光碟片，該影片即為比賽內容，本局將提供給評審據以評分。
2. 參賽名單電子檔一併存至光碟。
3. 欲報名者可請各地衛生所協助報名，或寄至「雲林縣斗六市府文路 34 號」「雲林縣衛生局 保健科收」，並註明「111 年雲林縣長者活躍老化競賽活動」。
4. 晉級分區賽之參賽隊伍於報名時需確認年齡及身分別，報名時應檢附身分證正面影本或戶籍謄本（戶口名簿）影本及其他所需相關資料；

俾利獎項領取及參賽年齡身分核對，提供文件皆僅為本次競賽相關事宜使用。(詳如表 1)

表1. 報名參賽需檢附資料一覽表

報名資格	檢附資料
長者65歲以上 【民國46年次(含)】 原住民55歲以上 【民國56年次(含)】	1. 身分證正面影本或戶籍謄本 (戶口名簿)影本 2. 其他所需相關資料 (證明文件影本) ◆原住民身分須檢附已登記為原住民 身分之戶籍謄本(戶口名簿) ◆身心障礙手冊

#### 七、獎勵及補助相關事宜：

- (一)依成績總分高低排序，遴選出優勝隊伍代表本縣參加國健署辦理之分區競賽；以爭取分區競賽 1 至 4 萬元等值商品禮券的獎勵。(詳見表 2)
- (二)報名參賽之隊伍每隊給予新台幣 2,500 元等值商品禮券，並擇期配合本局成果發表會頒獎。
- (三)參與分區競賽，國健署另提供敬老獎：90 歲以上【民國 21 年次(含)】參與競賽之長者；原住民為 85 歲以上【民國 26 年次(含)】之長者可獲得敬老獎，獎品為等值商品禮券 1,000 元整(檢附文件詳如上方表 1)。
- (四)參與分區競賽，國健署予各隊伍費用補助額度如下：
  1. 比賽場所在之當地縣市隊伍每隊 1 萬 5,000 元整。
  2. 比賽場所在地以外之縣市隊伍每隊 2 萬 5,000 元整。

表 2. 分區競賽獎項及獎品表

獎項	獲獎辦法	獎額
金牌	序位第 1 之隊伍	獎座 1 座及 等值商品禮券 4 萬元
銀牌	序位第 2 之隊伍	獎座 1 座及 等值商品禮券 3 萬元
銅牌	序位第 3-4 之隊伍	各獲得獎座 1 座及 等值商品禮券 2 萬元
特殊獎項	最佳精神活力獎 (得從缺)	各獲得獎座 1 座及 等值商品禮券 1 萬元
特殊獎項	最佳創意獎 (得從缺)	各獲得獎座 1 座及 等值商品禮券 1 萬元
特殊獎項	最佳團隊獎 (得從缺)	各獲得獎座 1 座及 等值商品禮券 1 萬元

#### 八、注意事項：

- (一) 參賽者不得於不同參賽隊伍重複報名。
- (二) 參賽影片需為今年度拍攝，請以一鏡到底方式錄製；參加表演、其他競賽時所拍攝影片恕不受理，單純樂器表演者亦不受理報名。
- (三) 凡參加競賽者，即視為同意授權主辦單位使用其報名資料、競賽表演內容及個人肖像權，且同意參與主辦單位安排之媒體宣傳，如專訪與報導等。
- (四) 敬請注重智慧財產權，於競賽表演中不得有違反侵害著作權相關事宜，如遭受檢舉或產生糾紛爭議，經查證屬實，主辦單位得逕予取消參賽資格。
- (五) 所有獲獎獎項，需依相關稅法辦理稅額扣繳。
- (六) 屆時依報名初賽隊伍數決定晉級分區隊伍數（詳見表 3）。
- (七) 主辦單位保有修改、暫停或取消本活動內容之權利，如有未盡事宜，悉依主辦單位相關規定或解釋辦理，並得隨時補充公告之。

表 3.晉級分區隊伍數

縣市初賽隊伍數	晉級分區隊伍數
30 隊以上	6
21-30 隊	5
11-20 隊	4
6-10 隊	3
0-5 隊	2

九、評選標準(參照衛生福利部國民健康署)：

評選項目及比例	配分	評選說明
長者安全 12%	12	1. 注意鞋子防滑性、表演服(飾)裝合宜性、道具安全性等措施。 2. 團隊安全:以確保團隊成員安全為優先,須確認表演者可勝任該動作,並注意其安全。 3. 舞台安全:團隊應以場地表演的安全為原則為原則考量。
團隊精神 36%	36	隊形、動作整齊劃一,隊伍走位、變換不亂,展現團隊默契
		團隊動作熟練、流暢,同時展現成員之精神、活力與肌力等
		長者在團隊表演中都有安排角色及表演展現,尤其有關關注年紀較大、行動不方便之長者共同參與
表演主題 47%		表演內容可以結合日常身體活動或社區社團等以強化長者肢體、身心功能或增進長者體適能之目的。
		身體活動 22 1. 表演動作設計為全身性活動並顧及長者肌力、平衡力、柔軟度及心肺耐力等多方面訓練 2. 表演動作變化多元且強度合宜,每位長者(含失能長者)皆能展現其身體活動訓練成果 3. 動作有搭配發聲、口號或歌曲設計,加強呈現身體活動
		舞台演出 18 1. 表演方式或劇情內容之創意性及流暢度 2. 團隊整體活力及台風展現 3. 舞台演出融入或突顯在地特色(飲食、風景、風俗民情與人文歷史等)
		整體造型 4 1. 整體造型設計符合表演情境 2. 自製道具,採環保材質或取材生活用品製

			作，並可重複使用為佳
	演出 音樂	2	1. 音樂節奏、速率與表演內容(動作)設計及編排 搭配良好，且顧及長者體能狀態 2. 音樂曲目間銜接流暢與整體表演搭配良好
	時間 掌控	1	0 分 : 4 分鐘以下或超過 7 分鐘以上 0.5 分 : 4-5 分鐘或 6-7 分鐘 1 分 : 5-6 分鐘
銀髮參與 5%		5	1. 65 歲以上長輩上台參與競賽實際人數。 2. 65 歲以上參賽長輩性別比率。 3. 隊伍上 90 台參與表演者有融入祖孫輩或隔代 (註:需為 5 歲-25 歲之孩童及青年)。 4. 85 歲 (含) 以上長輩參加人數。 5. 65 歲以上長輩身心不便人數。
總分		100	
	註：已報名長輩當日若無法出席，得遞補相同資格之替代人選 (1 名遞補 1 名)，請長輩當日備相關身份證明文件於報到處辦理遞補。		

## 十、報名表：

### (一) 團隊基本資料

團隊名稱			
所屬機構			
團隊聯絡人		電話	
		手機	
		電子郵件	
參加組別	<input type="checkbox"/> 常勝組 <input type="checkbox"/> 新秀組		
團隊照片			
團隊介紹	(100 字以內)		
團隊特色人物介紹	(100 字以內)		
表演創作理念	(100 字以內)		

(二) 團隊名單(若表格不敷使用，可依實際需求自行增加填寫)

編號	姓名	性別	身分證字號	出生年月日	原住民 否:0 是:1	領有 殘障手冊 否:0 是:1	乘坐輪椅 否:0 是:1	登台表演 否:0 是:1
範 例	王大明	男	A123456789	390228	1	0	0	1
1								
2								
3								
4								
5								
6								
7								
8								
9								
10								
11								
12								
13								
14								
15								
16								
17								
18								
19								
20								

編號	姓名	性別	身分證字號	出生年月日	原住民 否:0 是:1	領有 殘障手冊 否:0 是:1	乘坐輪椅 否:0 是:1	登台表演 否:0 是:1
21								
22								
23								
24								
25								
26								
27								
28								
29								
30								
31								
32								
33								
34								
35								
36								
37								
38								
39								
40								

編號	姓名	性別	身分證字號	出生年月日	原住民 否:0 是:1	領有 殘障手冊 否:0 是:1	乘坐輪椅 否:0 是:1	登台表演 否:0 是:1
41								
42								
43								
44								
45								
46								
47								
48								
49								
50								
51								
52								
53								
54								
55								
56								
57								
58								
59								
60								